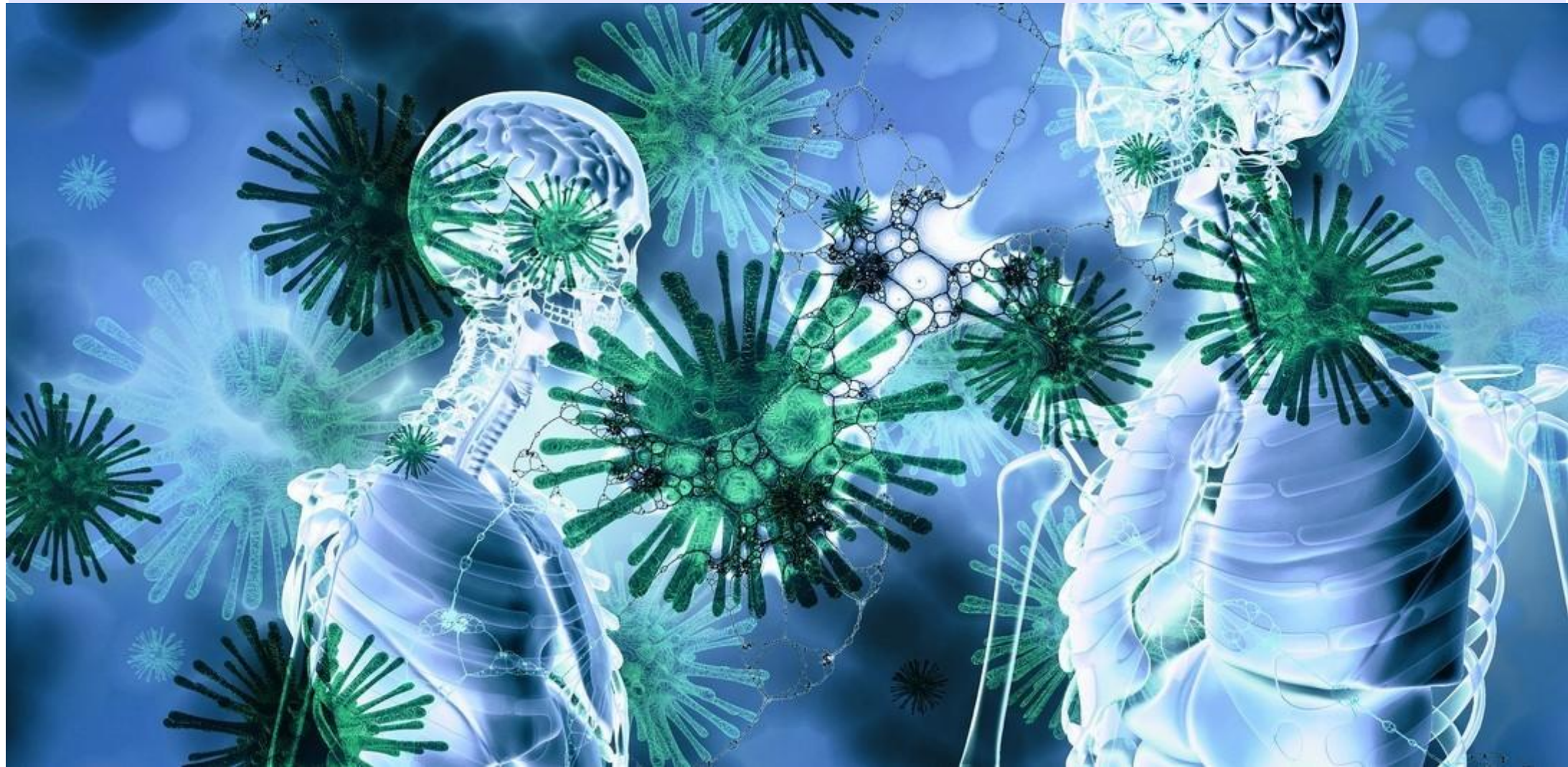


El Coronavirus Explicado & Lo Que Debe Hacer

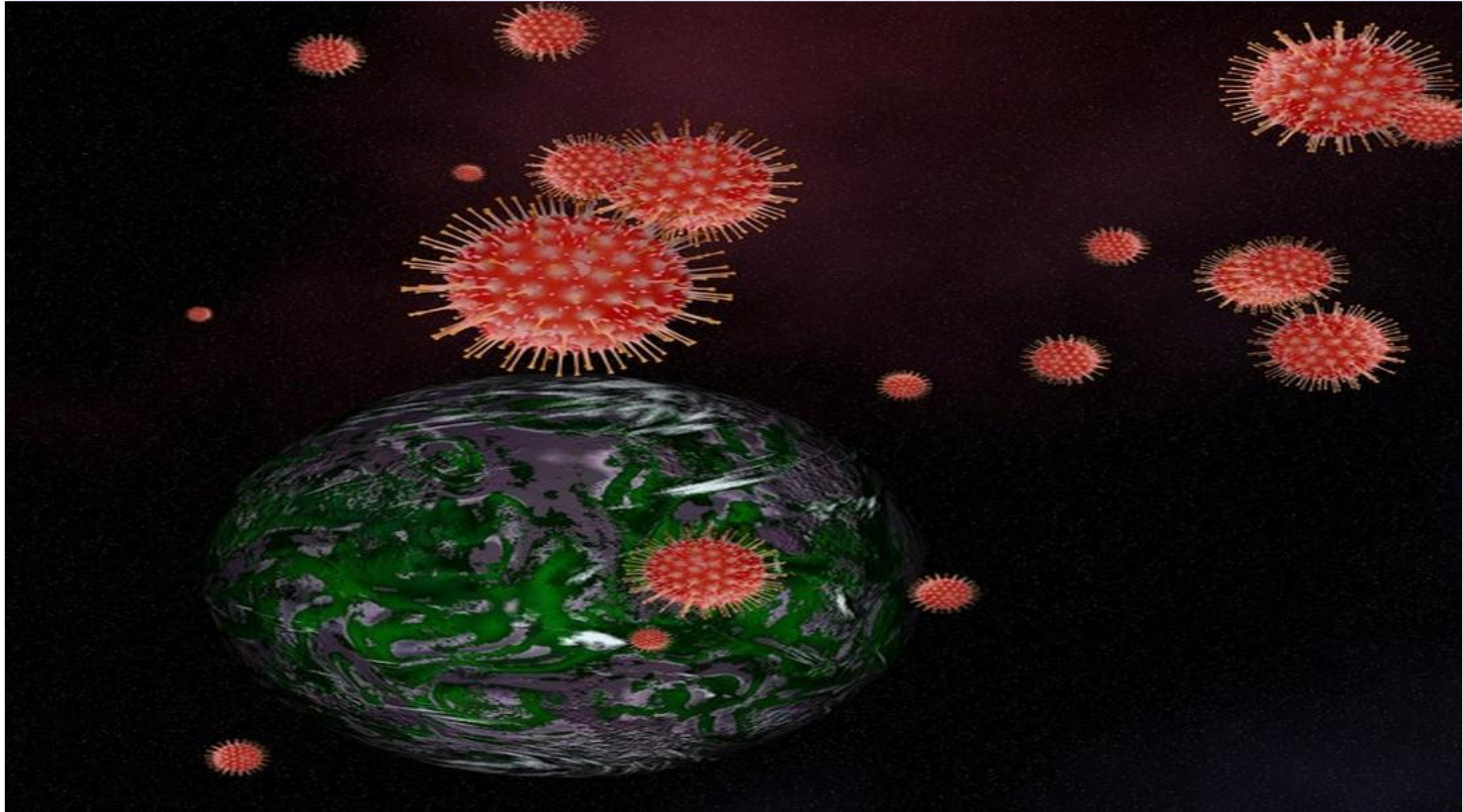
Transcripción y traducción del video:
<https://www.youtube.com/watch?v=BtN-goy9VOY>



En diciembre de 2019, las autoridades chinas notificaron al mundo que un virus se estaba propagando a través de sus comunidades. En el mes siguiente, se extendió a otros países con casos que se duplicaron en pocos de días.

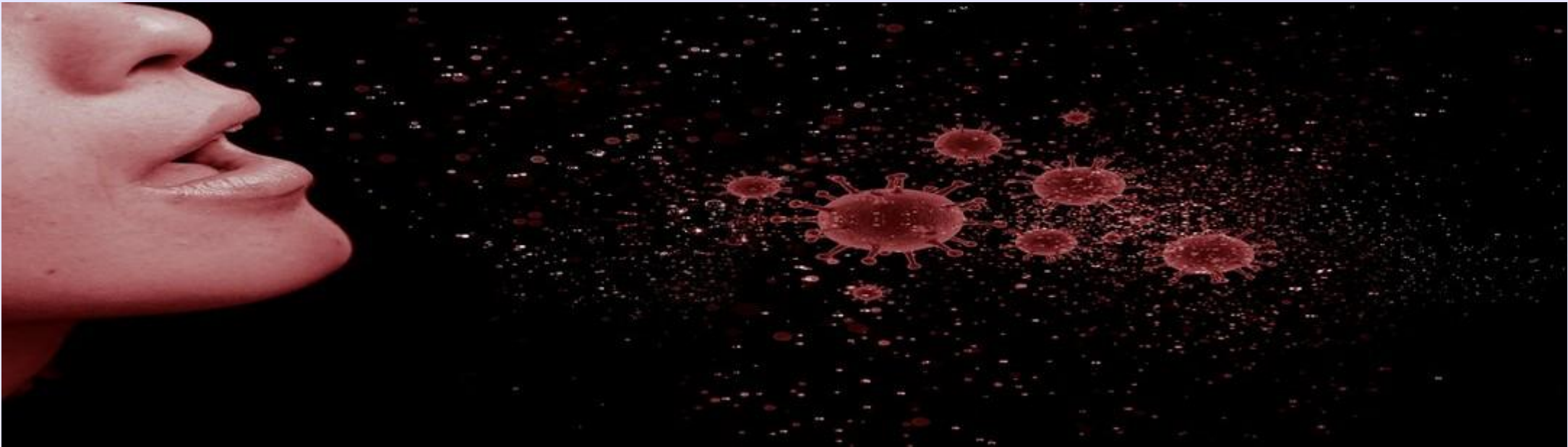


Este virus es el Severe Acute Respiratory Syndrome - Related Coronavirus 2, que causa la enfermedad llamada Covid 19 y que todos simplemente llaman coronavirus.

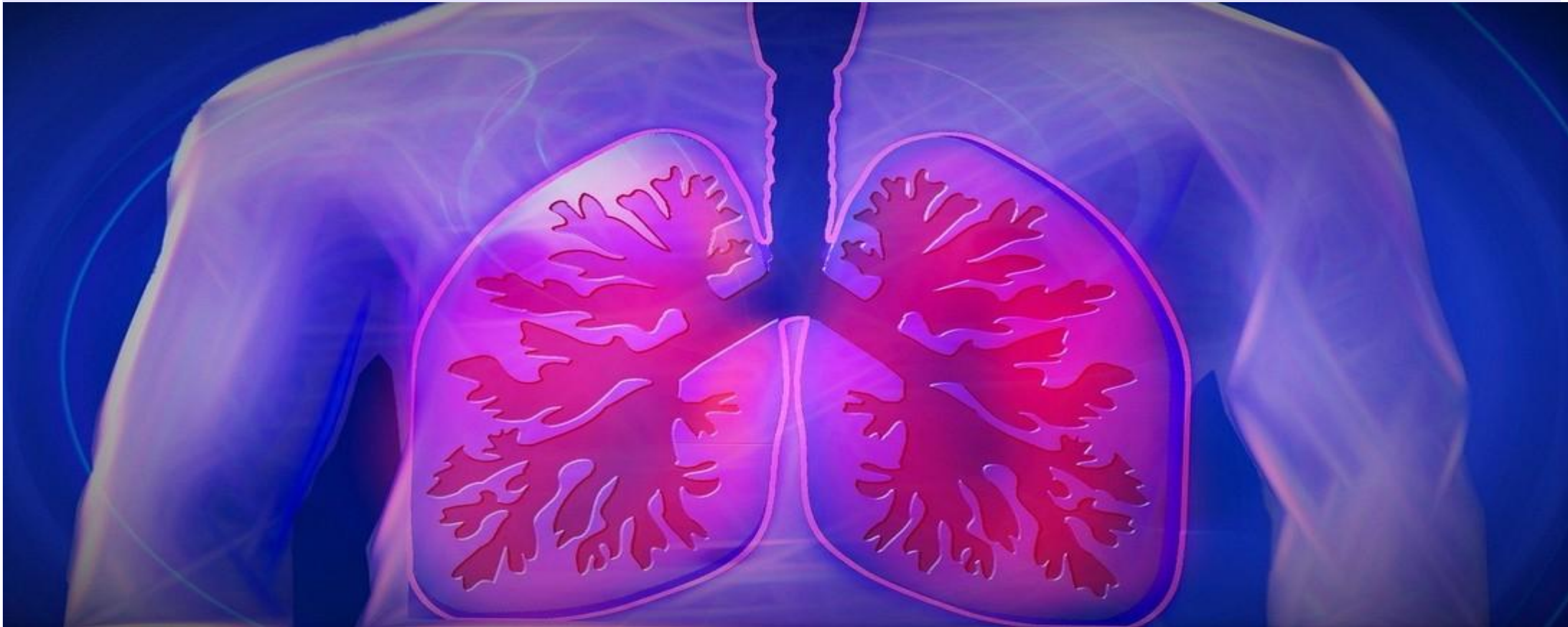


¿Qué sucede realmente cuando infecta a un humano y qué debemos hacer todos?

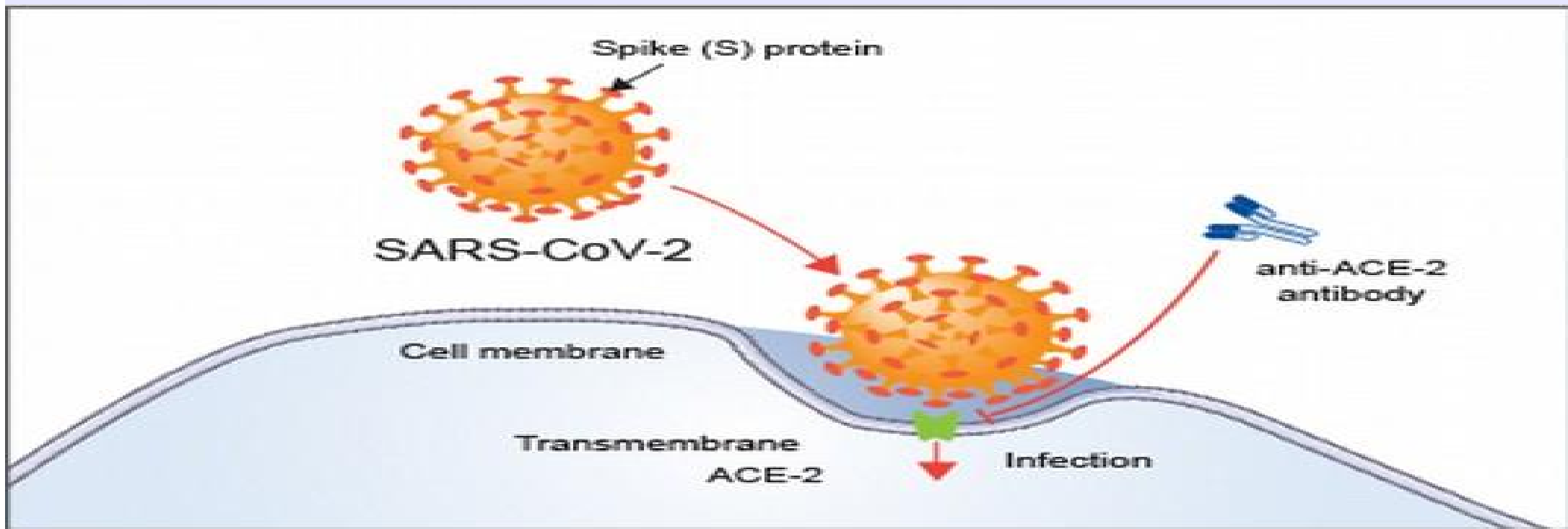
Un virus es solo un casco, alrededor de material genético y algunas proteínas, probablemente ni siquiera un ser vivo. Solo puede multiplicarse si penetra una célula viva. El coronavirus puede extenderse a través de las superficies, pero aún no se sabe cuánto tiempo puede sobrevivir en ellas. Su principal modo de propagación parece ser una infección por gotitas cuando las personas tosen o tocan a alguien que está enfermo y luego se frotan la cara, como los ojos o la nariz.



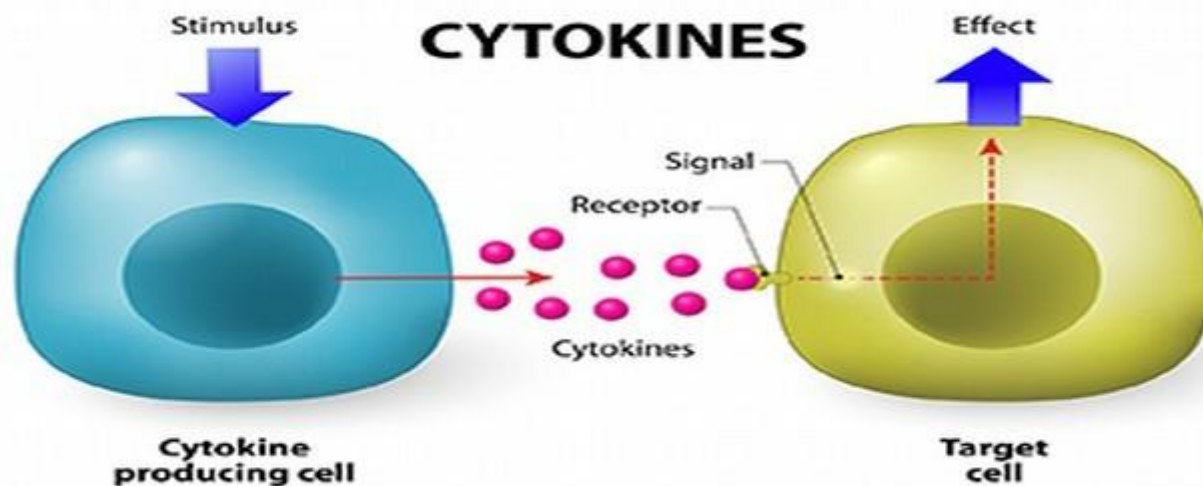
El virus comienza su viaje aquí, y luego se monta como un polizón más profundo en el cuerpo. Sus destinos son los intestinos, el bazo o los pulmones, donde puede tener el efecto más dramático. Incluso unos pocos coronavirus pueden causar una situación bastante dramática. Los pulmones están revestidos con miles de millones de células epiteliales. Estas son las células fronterizas de su cuerpo, que recubren sus órganos y mucosas, esperando ser infectadas.



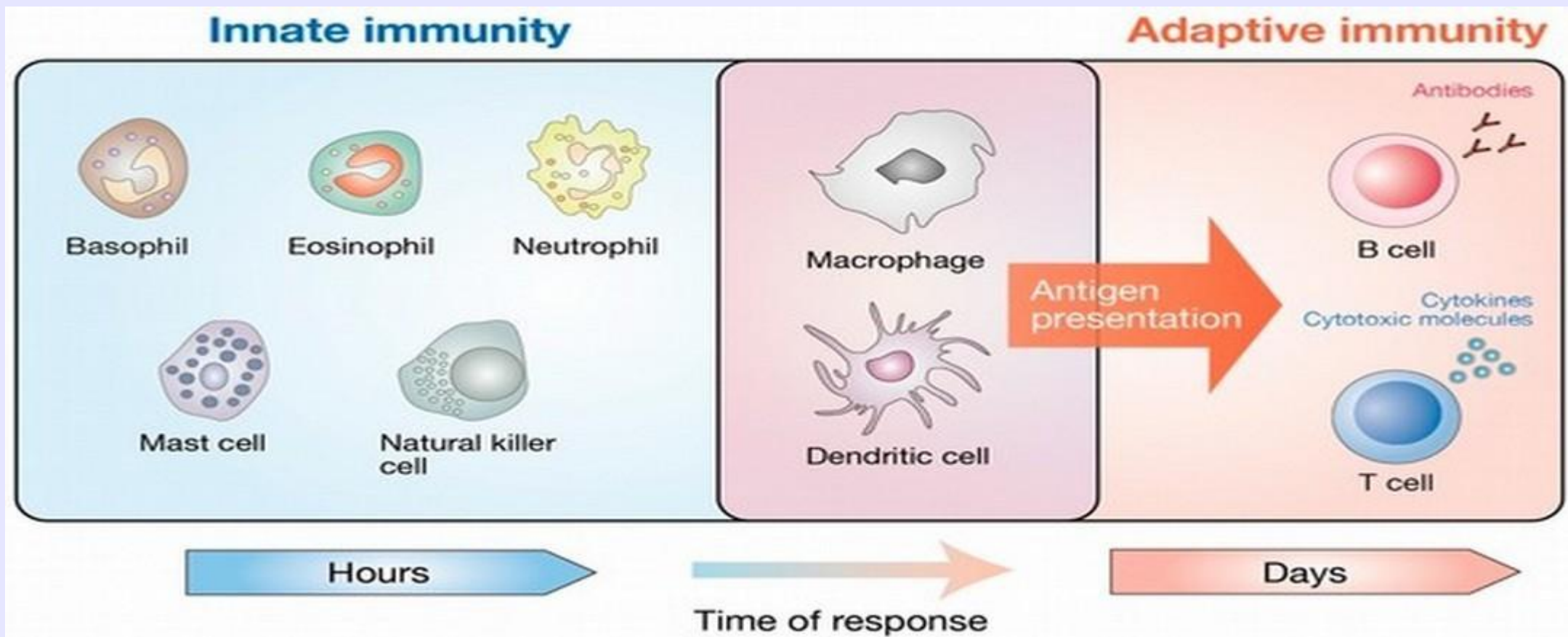
El coronavirus se conecta a un receptor específico en las membranas de sus víctimas para inyectar su material genético. La celda, ignorante de lo que está sucediendo, ejecuta las nuevas instrucciones, que son bastante simples: copiar y volver a ensamblar. Se llena con más y más copias del virus original hasta que alcanza un punto crítico y recibe una instrucción final, autodestrucción. La célula se derrite, liberando nuevas partículas de corona listas para atacar más células. El número de células infectadas crece exponencialmente. Después de aproximadamente 10 días, millones de células del cuerpo están infectadas y miles de millones de virus se han extendido en los pulmones.



El coronavirus aún no ha causado mucho daño, pero ahora va a liberar una verdadera bestia sobre usted, su propio sistema inmunitario. El sistema inmunitario, aunque existe para su protección, puede ser bastante peligroso para usted y necesita una regulación estricta. Y mientras las células inmunes acuden a los pulmones para combatir el virus, el coronavirus infecta a algunos de ellos y causa confusión. Las células no tienen orejas ni ojos. Se comunican principalmente a través de pequeñas proteínas de información, llamadas citocinas. Casi todas las reacciones inmunes importantes son controladas por ellos. El coronavirus hace que las células inmunes infectadas reaccionen de forma exagerada y ponen el grito en el cielo. En cierto sentido, pone al sistema inmune en un frenesí de lucha y envía más soldados de lo que debería, desperdiciando sus recursos y causando daños.



Dos tipos de células en particular causan estragos. Primero, los neutrófilos, que son excelentes para matar cosas, incluidas nuestras células. A medida que llegan a miles, comienzan a bombear enzimas que destruyen tantos amigos como enemigos. El otro tipo importante de células que entran en un frenesí son las células T asesinas, que ordenan a las células infectadas que cometan suicidio controlado. Confundidos como están, comienzan a ordenar que las células sanas también se suiciden.





Cuanto más células inmunes llegan, más daño causan y más tejido pulmonar sano matan. Esto puede empeorar tanto que puede causar un daño irreversible permanente, que conduce a discapacidades de por vida (tejido cicatricial, fibrosis).

En la mayoría de los casos, el sistema inmune recupera lentamente el control. Mata las células infectadas, intercepta los virus que intentan infectar a otras nuevas y limpia el campo de batalla. La recuperación comienza. La mayoría de las personas infectadas por el coronavirus sufrirán síntomas relativamente leves (como fiebre o tos seca).

Pero muchos casos se vuelven severos o incluso críticos. No sabemos el porcentaje porque no se han identificado todos los casos, pero es seguro decir que hay mucho más que con la gripe.

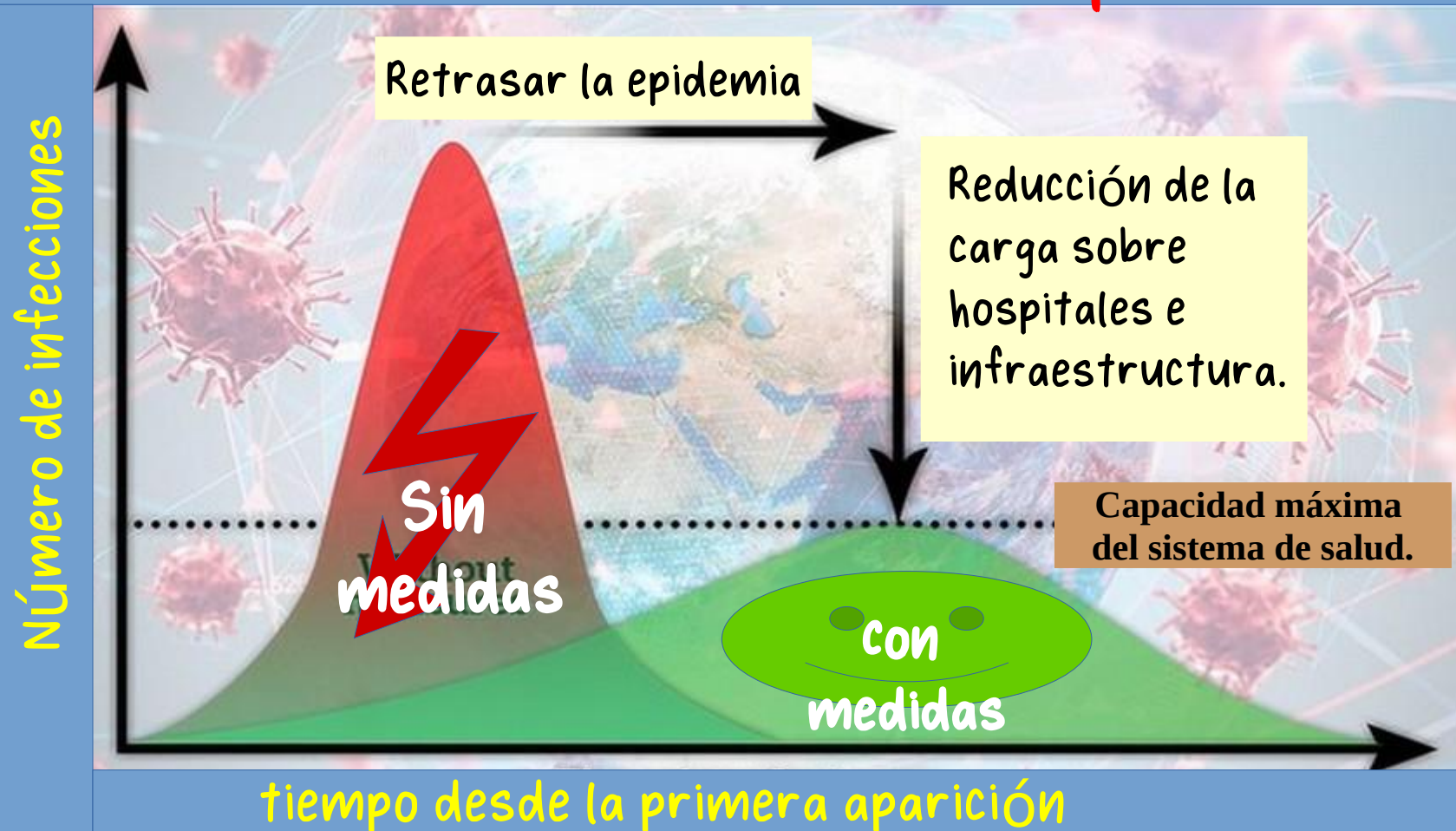


(Corona es particularmente peligroso para personas mayores de 60 años y pacientes con afecciones preexistentes o sistemas inmunes debilitados)

En casos más graves, millones de células epiteliales han muerto y con ellas, la capa protectora de los pulmones ha desaparecido. Eso significa que los alvéolos, pequeños sacos de aire a través de los cuales se respira, pueden infectarse con bacterias que generalmente no son un gran problema. Los pacientes contraen neumonía. La respiración se vuelve difícil o incluso falla, y los pacientes necesitan ventiladores para sobrevivir. El sistema inmune ha luchado a plena capacidad durante semanas, produciendo millones de armas antivirales. Y debido a que miles de bacterias se multiplican rápidamente, está abrumado. Las bacterias entran en la sangre y invaden el cuerpo; Si esto sucede, la muerte es muy probable.

El virus Corona a menudo se compara con la gripe, pero en realidad es mucho más peligroso. Si bien la tasa de mortalidad exacta es difícil de determinar durante una pandemia, sabemos con certeza que es mucho más contagiosa y se propaga más rápido que la gripe. Hay dos futuros para una pandemia como Corona: rápida y lenta.

Efectos de las medidas de protección.



El futuro que veremos depende de cómo reaccionemos todos en los primeros días del brote. Una pandemia rápida será horrible y costará muchas vidas; una pandemia lenta no será recordada en los libros de historia.



El escenario del desastre de la pandemia rápida comienza con una tasa de infección muy rápida porque no hay contramedidas para frenarla.

¿Por qué es tan malo?

En una pandemia rápida, muchas personas se enferman al mismo tiempo. Si los números se vuelven demasiado grandes, los sistemas de salud ya no pueden manejarlo.

No hay suficientes recursos, como personal médico o equipos como ventiladores, para ayudar a todos. La gente morirá sin tratamiento. Y a medida que más trabajadores de la salud se enferman, la capacidad de los sistemas de salud se reduce aún más. Si este es el caso, entonces se deberán tomar decisiones horribles sobre quién vive y quién no. El número de muertes aumenta significativamente en tal escenario.



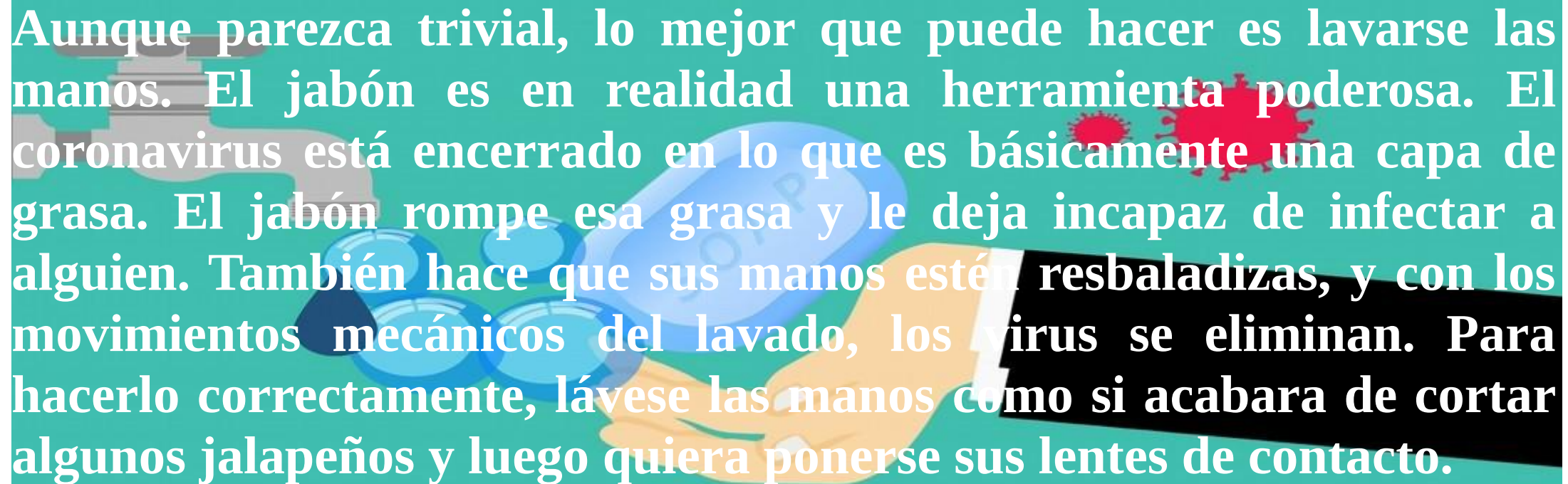
Para evitar esto, el mundo, es decir, todos nosotros, debemos hacer todo lo posible para convertir esto en una pandemia lenta. Una pandemia se ralentiza por las reacciones correctas. Especialmente en la fase inicial, para que todos los que se enferman puedan recibir tratamiento y no haya un punto crítico con los hospitales abrumados.

Como no tenemos una vacuna para el coronavirus, tenemos que cambiar nuestro comportamiento y actuar como una vacuna social.

Esto simplemente significa dos cosas:

1. No infectarse; y 2. No infectar a otros.

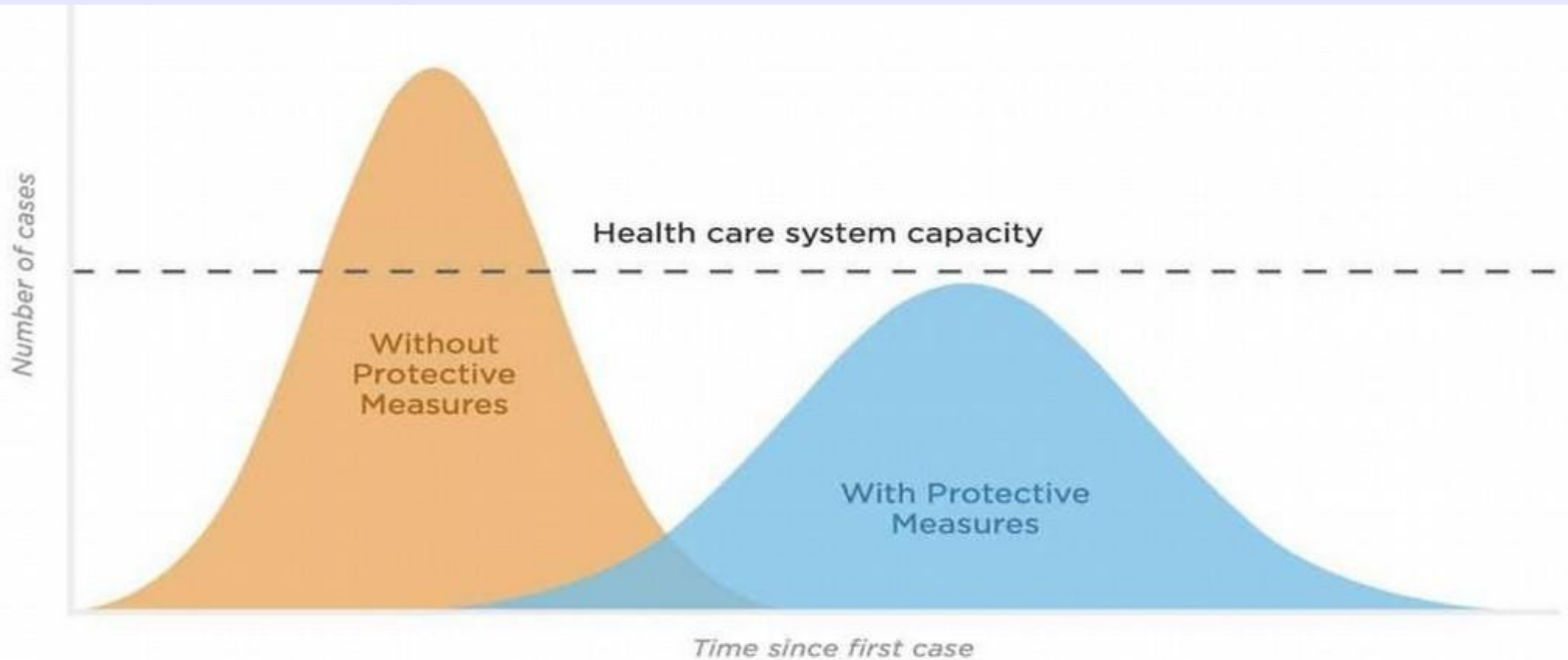
Aunque parezca trivial, lo mejor que puede hacer es lavarse las manos. El jabón es en realidad una herramienta poderosa. El coronavirus está encerrado en lo que es básicamente una capa de grasa. El jabón rompe esa grasa y le deja incapaz de infectar a alguien. También hace que sus manos estén resbaladizas, y con los movimientos mecánicos del lavado, los virus se eliminan. Para hacerlo correctamente, lávese las manos como si acabara de cortar algunos jalapeños y luego quiera ponerse sus lentes de contacto.

An illustration on a teal background showing two hands being washed with blue soap suds. Several red, spiky virus particles are shown being washed away. A black rectangular area is visible on the right side of the hands.

El siguiente es el distanciamiento social, que no es una experiencia agradable, sino algo bueno. Eso significa: sin abrazos, sin apretones de manos. Cuando pueden quedarse en casa, se quedan en casa para proteger a quienes necesitan mantener la sociedad en funcionamiento: desde médicos hasta cajeros y policías. Dependes de todos ellos; todos dependen de ti para no enfermarte. En un nivel mayor, hay cuarentenas, que pueden significar cosas diferentes, desde restricciones de viaje u órdenes para quedarse en casa. Las cuarentenas no son excelentes para experimentar y ciertamente no son populares. Pero nos compran, y especialmente a los investigadores que trabajan en medicamentos y vacunas, tiempo crucial. Entonces, si lo ponen en cuarentena, debe entender por qué y respetarlo. Nada de esto es divertido. Pero mirando el aspecto general, es un precio realmente pequeño a pagar.



La cuestión de cómo terminan las pandemias depende de cómo comienzan; si comienzan rápido con una pendiente pronunciada, terminan mal; si comienzan lentamente, con una pendiente no tan empinada, terminan mucho mejor. Y, en este día y edad, realmente está en todas nuestras manos. Literalmente y figurativamente.



Un gran agradecimiento a los expertos que nos ayudaron con este video a corto plazo, en particular Our World In Data, la publicación en línea para investigación y datos sobre los problemas más grandes del mundo y cómo progresar para resolverlos. Echa un vistazo a su sitio. También incluye una página constantemente actualizada sobre la pandemia de Corona.

